



Familia-Psikologia Unibertsitate-Zentroa
Centro Universitario de Psicología de la Familia



BESTEAREN LEKUAN JARTZEN IKASTEA

Datu interesgarri batzuk...

Zer da bestearen lekuan jartzeko gaitasuna?

("Gogamenaren Teoria")

- Beste lagunen sinesmenak, nahiak, emozioak edo asmoak eta nireak desberdinak izan daitezkeela ulertzeko gai izatea eta horiek errespetatuz jokatzeko gaitasuna da.
- Eguneroko familia bizitzan hainbat ekintza errazen bidez gaitasun hori sustatu ahal dugu umeak urte bat eta erdi dituenetik aurrera.



Zergatik da garrantzitsua bestearen lekuan jartzeko gaitasuna?



- Umeak ikasten baitu jokatu aurretik bestearen nahiak eta emozioak kontuan izaten; horrek gizarte harreman positiboak laguntzen die eta baita egoera berrietara egokitzen ere, esate baterako: haurtzaindegian edo haur-hezkuntzako ikastetxean moldatzean.
- Umeak elkarbizitzeko arauak hobeto ulertuko dituelako eta egunez egun bere gurasoekin, neba-arrebekin eta lagunekin errazago praktikan jarriko dituelako.

Bestearen lekuan jartzeko gaitasuna sustatzeko heziketa-irizpideak

1. - Umearen soziabilitatea sustatzea.

- Umearen eta berdinen (adin berekoak) arteko harremanak ezagutzea eta bere garapen sozialean interesa adieraztea.
- Umearen eta berdinen arteko harremanak sustatzea.
- Eskolaz kanpoko jardueretan, kanpamentuetan eta halakoetan umeak parte har dezan laguntzea.



Bestearen lekuan jartzeko gaitasuna sustatzeko heziketa-irizpideak



2. - Emozioen adierazpena sustatzea.

- Emozio positiboen zein negatiboen adierazpena laguntzea.
- Emozioei buruzko elkarrizketak eta azalpenak bultzatzea.
- Umeak bere emozioak kontrolpean adieraz ditzan laguntzea.
- Norbere emozio-egoerak gogora ekartzean edo azaltzean, emozioak adieraztea.

Bestearen lekuan jartzeko gaitasuna sustatzeko heziketa-irizpideak

3. - *Beste lagunaren gogamen-egoerez, asmoez eta nahiez ohartzen laguntzea.*
- Umearen jolas sinbolikoa sustatzea (errealitatea simulatzen duen jolasa).
 - Egunero umeari ipuinak kontatzen denbora ematea.
 - Umearekin ipuin bat irakurtzean, gure gogamen-egoerei edo beste lagunenei erreferentzia egiten dieten hitzak erabiltzea. Esate baterako: protagonistaren emozioak eta nahiak aipatzea (*"umea oso pozik zegoen bere lagunarekin"* edo *"jolañtera joan nahi zuen"*).



Bestearen lekuan jartzeko gaitasuna sutatzeko heziketa-irizpideak



4. - *Urruntze estrategiak erabiltzea.*

- Urruntze estrategiak praktikatzea (urruntze baxua edo ertaina): batera lan bat egitean, bertan ez dauden gertaerak, objektuak edo egoerak aipatzea.
- *Urruntze baxua*: zuzenean ikus daitekeena erabiliz jarduerak egitea, hau da: bertan dauden objektuak, pertsonak edo egoerak deskribatu, izendatu...
- *Urruntze ertaina*: ikusten ari den zerbait bertan ez dagoen zerbaitekin lotzeko eskatzea umeari, adibidez, lehoi bat telebistan ikusten duenean, honako hau esatea: "Begira, lehoia, gogoratzen al duzu iaz zoora joan ginela eta bertan ere lehoiak ikusi zenituela?".